

O SIGNIFICADO DA MENOPAUSA E OS FATORES QUE INTERFEREM NO RELACIONAMENTO SEXUAL DA MULHER

*Ana Fátima Carvalho Fernandes²⁷
Glória Maria de Paula Soares²⁸
Tanara Távora Sobreira²⁶*

RESUMO: O estudo analisa os condicionantes que interferem no relacionamento sexual da mulher menopausada, utilizando a pesquisa qualitativa. Foram entrevistadas 15 mulheres do SESI da Pajuçara, Centro de Saúde Maracanaú, e outras residentes em Fortaleza, durante o período de maio a junho de 1992. As mulheres responderam que acham a menopausa uma fase difícil em suas vidas. Sintomas como ondas de calor, dores de cabeça, hemorragia vaginal e irritação estão presentes. Ocorre desmotivação, cansaço sexual e falta de interesse pelo sexo.

UNITERMOS: MENOPAUSA - SEXUALIDADE

INTRODUÇÃO

A menopausa é um fenômeno normal e acontece com todas as mulheres saudáveis. É considerado um período de transição, ocorrido durante o ciclo vital feminino e muitas vezes poderá causar constrangimentos quando abordados, influenciado pelo predomínio de tabus que norteiam a vida da mulher.

A experiência vivida pelas mulheres durante a menopausa é bastante diversificada. Algumas aceitam bem, com pequenas queixas, e não perdem a capacidade de conviver com ela normalmente. Outras, porém, a encaram como algo que pode mudar radicalmente suas vidas.

Hoje, admite-se a idéia de que a sobrevida humana tem aumentado em termos de anos e conseqüentemente cada vez mais existirão mulheres que alcançarão a menopausa e viverão pelo menos 1/3 de suas vidas após este fato acontecido.

Um fator comum que tem marcado a fase da menopausa está relacionado ao desejo sexual, que arragado aos tabus, cria um estereótipo em que a mulher idosa não é considerada capaz de desenvolver sua capacidade sexual a contento.

O amor ocupa na vida da mulher um espaço significativo, daí a necessidade que esta tem de que esse amor e sua sexualidade sejam respeitados, inclusive na menopausa, pois isto os torna agradáveis e satisfatórios, mesmo na idade avançada.

²⁷ Docentes do Departamento de Enfermagem da Universidade Federal do Ceará

²⁸ Enfermeira. Especialista em Enfermagem de Saúde Pública

*Butler*⁴ em seus estudos comenta que a negatividade de alguns em relação ao sexo após a idade madura pode ser um reflexo do medo de envelhecer e isto poderá ceder lugar a um preconceito chamado de velhismo, ocorrendo muitas vezes um grande desinteresse por parte dos indivíduos idosos em relação ao sexo.

*Moraes*⁹ refere que em função dos tabus que ainda cercam o processo de transmissão de informações a nível de sexualidade, e descoberta dos primeiros sinais de excitação nas mulheres bem como o exercício da sexualidade de um modo geral, é muito reprimido, gerando inibições e outros sentimentos que dificultam sua adaptação posterior à vida sexual.

A menopausa é uma fase da vida da mulher tão normal quanto a puberdade. *Trien*¹¹ relata que a mulher perde a capacidade concepcional, sem contudo perder sua sexualidade e isto poderá torná-las um pouco mais liberadas ao sexo, pois desaparece o temor de uma nova gravidez.

A sexualidade na menopausa não pode ser considerada um tema isolado, apesar da sociedade criar um estigma em virtude de tabus e preconceitos que condicionam o desempenho sexual da mulher à sua idade. Não podemos esquecer que o prazer de desfrutar as coisas fundamentais e elementares pode desenvolver-se depois da vida madura, exatamente porque as pessoas de mais idade percebem melhor a brevidade da vida.

Diante do que foi exposto sobre a problemática apresentada, decidimos realizar um estudo com o objetivo de analisar o significado da menopausa para as mulheres e os fatores que interferem na sexualidade.

DISCURSO DA LITERATURA

Segundo *Butler*⁴ “o sexo e a sexualidade são experiências prazerosas , gratificantes e reconfortantes, que realçam os anos vindouros. Também são como todo mundo sabe de uma enorme complexidade psicológica”.

Portanto, a mulher muitas vezes necessita de ajuda no período da menopausa. Mesmo com todo avanço pela ciência médica e psicológica, é a menopausa, olhada pelas pessoas que se aproximam deste período de vida com medo e desconfiança. Talvez, por ela ser o princípio do fim da vida, isto é, por ela surgir no fim da idade adulta e começo da senil.

Com o interesse sexual diminuído em algumas mulheres, durante o período do climatério, este desinteresse pode ser atribuído a efeitos diretos da secreção hormonal e a influências psicológicas que acompanham esse período de “mudança de vida”. *Gutiérrez*⁶.

Nos últimos anos, psicoterapeutas, sexólogos, sociólogos procuram afirmar que após a menopausa biologicamente e psicologicamente a mulher se mantém com grande potencial, inclusive, mais amadurecida. Razão porque,

somente quando a mulher não é sadia, ou não levou uma vida sexual regulada, moderada, normal, pode esta transformação fisiológica ser acompanhada por sintomas anormais e incômodos.

Por outro lado, algumas mulheres, no climatério, livres de inibições devidas ao receio da gravidez, podem achar que sua libido aumentou, às vezes a tal ponto que a capacidade sexual diminuída do marido pode dar origem a uma incompatibilidade sexual.

*Bolsanello*³ refere-se a menopausa como um estágio de vida onde a reprodução cessa na mulher e há um crescente despertar sexual no homem. Em ambos os casos o aumento de apetite sexual, é presente. Embora na mulher ele se apresenta através do medo, da insegurança, da supersticiosa idéia de que com o fim do ciclo menstrual ela deixa de ser mulher. Para o autor, o ideal seria que a mulher fosse educada para enfrentar a menopausa como mais um dos ciclos vitais.

Ainda, a menopausa segundo o autor pode ser conceituada em natural e artificial. A natural ocorre quando o aparelho reprodutor feminino para com a sua função, isto é, a ovulação termina e com isto o ciclo menstrual começa a ter espaço maior até a sua extinção. Geralmente ocorre entre os 40 e 50 anos. A artificial é provocada por alguma forma de cirurgia sofrida pela mulher nos órgãos reprodutores, impedindo a ovulação ou criando na mulher a sensação de castramento e possível impossibilidade de reprodução que pode ocorrer em qualquer idade.

Segundo *Masters & Johnson*⁸ na resposta sexual humana consideram que a mulher idosa, sadia normalmente tem impulsos sexuais que exigem resolução. As profundezas de sua capacidade sexual e a efetividade de seu desempenho sexual, assim como o seu erotismo pessoal, são influenciados indiretamente por todos os problemas psico-fisiológicos e sócio-fisiológicos, do seu processo de envelhecimento.

Baseados nestes discursos é que iremos fazer uma análise do estudo a partir do caminhar metodológico.

A TRAJETÓRIA METODOLÓGICA

A pesquisa é de natureza descritiva e foi desenvolvida no SESI da Pajuçara, do Centro de Saúde do Mucunã em Maracanaú. Optamos por uma abordagem qualitativa, realizando um estudo compreensivo, por oferecer o melhor caminho para obter dados relevantes acerca da situação em estudo. A amostra envolveu 15 mulheres, caracterizadas por terem o seu fluxo menstrual suspenso a mais de 01 ano, na faixa etária de 49 a 70 anos.

A princípio, fizemos um contato com os componentes da amostra para explicar os objetivos do estudo. Na decisão, foi esclarecido que a participação se daria na forma de entrevista e o anonimato seria garantido.

A obtenção dos discursos ocorreu nos meses de maio a junho de 1992 através de entrevista semi-estruturada que constou dos seguintes questionamentos básicos: o que sabe da menopausa; quais as mudanças no seu comportamento durante essa fase; que alterações ocorreram na sua vida sexual. Os discursos foram gravados e transcritos na íntegra.

Para análise dos discursos procedemos as seguintes fases: leituras e releituras dos discursos obtidos para apreender melhor seus conteúdos e a elaboração das categorias de análise.

⇒ “**Leitura de descrição** do principio ao fim sem buscar ainda qualquer interpretação ou identificar qualquer atributo ou elemento a fim de chegar a um sentido do que está descrito”;

⇒ “ **Releitura do texto** com o objetivo de encontrar unidades de significado dentro de uma perspectiva do profissional enfermeiro, focalizando o fenômeno do relacionamento afetivo-sexual na menopausa”.

⇒ “**Obtenção das unidades de significado** aonde como pesquisadoras percorremos as unidades identificando e expressando o significado contido nelas”.

⇒ “**Síntese** de todas as seis unidades de significado para chegarmos a uma estrutura do fenômeno”

A análise compreensiva dos discursos possibilitou-nos categorizar as seis unidades de significado, que expressaram a essência do fenômeno estudado.

Desta forma, procuramos compreender o significado da menopausa e os fatores que interferem na sexualidade.

Assim as convergências dos discursos possibilitam a elaboração de duas unidades de categorias significativas:

A - Significado da menopausa.

A.1 - Menopausa definida com seus sinais e sintomas.

A.2 - Menopausa encarada como doença.

B - Sexualidade e suas mudanças na menopausa.

B.1 - O tabu na menopausa.

B.2 - Prazer diferenciado na menopausa.

B.3 - Incompetência sexual na menopausa.

B.4 - Encontramos ainda quem fizesse sexo como dever.

APRESENTAÇÃO DE CATEGORIAS DE ANÁLISE

Convém ressaltar que a análise realizada não é definitiva nem tem a pretensão de esgotar o assunto e representa a compreensão dos autores do estudo.

A amostra estudada ficou assim caracterizada: a faixa etária entre 49 a 70 anos; o nível de escolaridade variou de analfabetas a 5ª série; o estado civil predominante foi a casada, apenas uma estava separada; o mínimo de filhos variou entre 02 a 17 filhos; e os seus fluxos menstruais haviam cessado no período de 01 a 03 anos atrás, ocorrendo de maneira natural.

CATEGORIA A - Significado das mulheres sobre a menopausa.

A.1. A menopausa definida com seus sinais e sintomas aparece em alguns discursos como.

“Ausência da menstruação”

“É um calor, uma dor de cabeça”

“É quando termina as regras da gente, vai embora e não volta mais, a gente fica só com o calor”

“Menopausa é um calor na cabeça, dor nas pernas, suor, muita tontura, quando vou andando sinto aquela gratuito”

“Senti dor de cabeça, nevosismo”

Butler⁴ afirma que 60% de todas as mulheres não sentem sintomas ou sinais que alteram o lado físico e emocional. Para outras mulheres, a menopausa acarreta uma série de transtornos.

Langer⁷ e Fernandes⁵ explicam que as características e a intensidade da menopausa estão determinadas pela estrutura psicológica da mulher, seus conflitos infantís e por tudo que soube alcançar ou que fracassou durante sua época biológica .

Vieira¹² complementa que a menopausa é uma fase normal na vida da mulher, mas que as mulheres sentem habitualmente “fogacho” que consiste em freqüentes ondas de calor no rosto, tonturas, palpitações do coração e perturbações nervosas mais ou menos acentuadas.

A.2. É importante observar a menopausa encarada como doença .

“A menopausa é uma fase muito difícil, da gente passar na vida da gente, só quem sabe é quem já ,passou “

Segundo Gutierrez⁶, “o climatério feminino, erroneamente conhecido como menopausa , é um período de diminuição fisiológica da função ovariana, durante o qual existem alterações endócrinas, somáticas e psíquicas. Pode ser

definido como fase de transição da vida reprodutora para a pós-reprodutora. É a transição entre a função completa dos ovários e seu estado de repouso. Não é um processo patológico e sim um acontecimento fisiológico.

Observou-se portanto que as mulheres entrevistadas consideram a menopausa dirigida a sua sintomatologia. Isto se observa devido ao fato de que a menopausa costuma ser passada, ou seja, esclarecida por nossas mães, ou pessoas mais velhas que possivelmente foram educadas considerando a menopausa como uma fase difícil, como uma doença.

CATEGORIA.B- Sexualidade e suas mudanças na menopausa.

B. 1 Relataram o tabu da menopausa com relação a sexualidade.

“Fiquei fria, não tenho mais o fogo que tinha.”
“Tem dias que dá certo, mas tem dias que se ele não forçasse tanto era melhor, mas ele ainda tem força.”
“Acho que diminui mais, a gente não tem mais vontade.”

As mudanças no aspecto físico como psicológico do sexo, não havendo doença ou efeito colateral de algum medicamento, não costuma causar problemas sexuais na menopausa. *Vieira*¹² diz que a menopausa é uma fase da vida da mulher tão normal como a puberdade.

*Rosenthal*¹⁰ afirma que é bem verdade que algumas mulheres perdem o desejo sexual após a menopausa e outras utilizam-na como desculpa para encerrar a vida sexual que foram para elas insatisfatória emocionalmente ou fisicamente.

B.2. Outras relataram um prazer diferenciando o sexo na menopausa.

“As mudanças é que não sinto mais vontade de ter sexo como sentia antes, mudou muito para mim.”
“Tanto, tanto faz, acho meio “desenchavido.”
“Não tenho mais aquela energia, estou completamente cansada.”
“Não acho vantagem, sem palpitação de quando eu era nova.”

As entrevistadas demonstraram nas falas que não têm o vigor do sexo que tinham anteriormente. Já *Amâncio*¹, diz que são conhecidas senhoras de idade que se mantêm sexualmente ativas por muito tempo. No entanto, esta atividade sexual pode encontrar obstáculos na involução fisiológica de sua vulva e vagina.

B.3. Já outras mulheres atribuem sua incompetência sexual na menopausa à velhice.

“Logo no começo não senti nada, não mudou muita coisa, mas agora já estou mais velha, ele ainda tem vontade.”

“...a gente vai ficando mais velha tem que mudar.”

“...já estou velha, é devido a idade.”

“O corpo não muda, não aprecio muito, faço a força, estou velha.”

“Para mim se não houvesse mais eu não me sentiria mal, já estou velha e cansada.”

Observamos que as mulheres se retratam velhas demais para terem uma vida sexual ativa, percebe-se que as mesmas tentam criar uma imagem, negativa em torno do desejo sexual aparente, como para justificar ou dar a impressão de que não sentem desejo ou prazer no sexo por estarem velhas.

Os efeitos formadores de hábitos de repressões de longa duração costumam resistir ao tempo, e freqüentemente é difícil para as pessoas de mais idade se entregarem livre e impulsivamente a expressão sexual.

Segundo BUTLER⁴, o tédio sexual é muito comum entre casais de mais idade que costumam se envolver com padrões sexuais rotineiras. E que envelhecer, em si mesmo, pode ser assustador, especialmente se não sabemos o que nos espera nem como agir diante das mudanças.

B.4. Encontramos ainda quem fizesse sexo como dever.

“Não houve mudança, a gente tem que aceitar para não dar discussões, o homem está sempre querendo e a gente tem que aceitar para não desistir.”

A sexualidade feminina, sob o impacto de um complexo cultural tão ambivalente e castrador, pode se ligar ao desenvolvimento de um tipo de personalidade dependente e despreparada para superar as situações angustiantes, *Avila Neto*². Encontramos aqui uma mulher submissa, negando sua sexualidade em favor do prazer do macho.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O estudo foi um a tentativa de captar os fatores que interferem na sexualidade da mulher menopausada.

Os discursos apontaram as mulheres menopausadas como pouco preparadas para uma fase tão importante de suas vidas, dentre os maiores desconfortos relataram: ondas de calor, dores de cabeça, hemorragia vaginal, alterações emocionais.

Referiram também desmotivação para o sexo, alegando velhice, cansaço, relações sexuais por obrigação, apenas para satisfazer o companheiro.

Consideramos de grande importância a continuação do estudo para uma melhor formação e preparação das mulheres que entraram na menopausa.

ABSTRACT: This study analyses, by use of qualitative research, the sexual intercourse, the conditions and interferences to menopausal women. We interviewed fifteen women between May and June, 1992, some at SESI (Pajuçara), Health Center (Macunã) in Maracunaú and others living in Fortaleza. Women reported that menopause was a difficult time in their lives, they felt some discomfort as headache, vaginal haemorrhage, sexual uninterest and sexual fireness.

KEYWORDS: Menopause - Sexuality

BIBLIOGRAFIA CONSULTADA

1. AMÂNCIO, A. e CAVALCANTE; P. C. U. *Clínica Geriátrica*. Rio de Janeiro: Atheneu, 1975.
2. AVILA NETO, M.I.D. *O Autoritarismo e a Mulher: o jogo da dominação macho-fêmea*. Rio de Janeiro: Achiamé, 1978, 126p.
3. BOLSANELLO, A. *Enciclopédia pedagógica de educação sexual: A sexologia sem preconceitos*, Curitiba: Educacional Brasileira. S.A., 1985.
4. BUTLER, R. M. e M.I. Lewis. *Sexo e Amor na Terceira Idade*. 2 ed, São Paulo: Summus, 1985, 133p.
5. FERNANDES, A.F.C.. *Mulher com câncer de mama. Estrutura Familiar, Cotidianidade e Identidade*. Dissertação de Mestrado. Fortaleza, 1991.
6. GUTIÉRREZ, E.. *Mulher na menopausa delírio ou renovação?* Grupo mulherando, Rio de Janeiro: Rosa dos Tempos, 1992.
7. LANGER, M.. *Maternidade e Sexo*. Porto Alegre: Artes Médicas. 1981.
8. MASTERS, W. H. & JOHNSON, V. E. *A inadequação sexual humana*. São Paulo: Livraria Roca Ltda, 1985.
9. MORAES, C.G.A.. *Vida de casada*. Campinas: Papiros, 1985, pág.25.
10. ROSENTHAL, S.H. *Sexo depois dos 40, 50 e 60 anos*. 2 ed. Rio de Janeiro: Record, 1987, pág.36.
- 11- TRIEN, S.F.. *Menopausa: a grande transformação*. Rio de Janeiro: Rosa dos Tempos, 1991, 276 págs.
- 12- VIEIRA, Dr. G.N. *Amor, sexo e erotismo*. 5 ed. São Paulo: Casa Publicitária Brasileira, 1980.